

慢性の胃腸異常症とチョコレート中毒 が2回の相談会で改善

日本ホメオパシーセンター札幌南2条
自然療法spontanea

藤山 道子

クライアント 主訴



- 43才 女性
- **食後の胃痛と、異常なガス膨満感**
 - お菓子（特にチョコレート）の無駄食い
 - 口臭

現在の症状について

食後にお腹にガスが溜まってパンパンになり、
激しく痛む。とくに昼食後。

パン、麺、ドーナツなどを食べるとひどくなる。

身体を丸めて前かがみになって耐えるが、
ガスが出るまでおさまらず、冷や汗が出る。

夕方、電池が切れたように疲れて甘い物が食べたく
なることも多い。

何年も悩み、病院受診しても『仕方がない』
『体質だと思ってあきらめて』と言われている。

クライアントのタイムライン

幼少期 ときどき胃痛 アレルギー性鼻炎 家は煙草の煙

20才 就職 膀胱炎 カンジダ膣炎繰り返す

22才 仕事のストレスで毎日頭痛 鎮痛剤常用

24才 鎮痛剤・抗生物質にアレルギー発症

31才 結婚 退職 胃痛が悪化 アレルギー性結膜炎

34才 第1子出産 妊娠中に胃痛で1か月入院

36才 第2子出産 妊娠中に胃痛で再び入院

43才現在 仕事復帰 食後の胃痛と膨満感

2025年2月

1回目 レメディー選択の手法

TBR The Bonninghausen Repertory

- 1 : 243# 内腹部上部の :
- 2 : 303# 胃(およびその部位)
- 3 : 1900# 食後に悪化
- 4 : 1129# 鼓腸
- 5 : 950# 締め付けられる痛み -内側の
- 6 : 407# ガスの排出が妨げられている
- 7 : 1954# 腸内ガスを出した後、好転
- 8 : 210# 口臭
- 9 : 1827# 甘いもの・焼き菓子で悪化

1回目 レメディー選択の手法

TBRによるレパトライズ結果

順位	レメディー	出現回数	度数合計	1	2	3	4	5	6	7	8	9	
1	Puls.	9	30	4	4	3	4	2	4	4	3	2	▲
2	Carb-v.	9	25	3	2	3	2	3	4	3	4	1	≡
3	Nux-v.	8	27	4	4	4	2	3	4	4	2		
4	Cham.	8	23	4	2	4	1	2	4	3	3		

1回目 選択レメディーと根拠

① 随時：

サポートφ腸	腸内細菌叢を整える
+ Vanad.12X	糖代謝
+ Nat-bic.12X	体の酸化の問題、胃酸の調整
+ Chr.12X	体からの臭気、砂糖・小麦で悪化
+ Yeast.200C	腸内異常発酵

② 朝・夜：

MT) カレンデュラ	胃粘膜強化と口臭の問題
+ Carb-v.LM01	腸内ガス TBRより
+ Puls.LM03	胃痛・膨満、食べ物で悪化 TBRより
+ Tab.LM03	生育環境でタバコの煙 胃痛・腸痛

アドバイス

食生活のアドバイス

- ・小腸内の細菌増殖を抑えるため
タマネギやキノコ類の摂取をひかえめにする
(低FODMAP食)

* FODMAP = 発酵性の糖質

- ・夕方空腹時にはお菓子ではなく黒糖を
(血糖値の急上昇を防止)



変化



胃腸症状は大きく改善。

食後のガス溜まりが減った。

たまに甘い菓子パンを無性に食べたくなる
が、食べるとてきめんにお腹が痛くなる。

最近、胸や脇に脂っぽい汗をかく。口や喉
が渇く。体臭が気になる。

2回目 レメディー選択の手法

TBR The Bonninghausen Repertory

- 1 : 408# 鼓腸性疝痛
- 2 : 707# 非常に汗をかきやすい
- 3 : 721# しみになる色のつく汗
- 4 : 230# 乳頭
- 5 : 725# 臭いのある汗
- 6 : 795# 疑念、自信喪失
- 7 : 959# 通常湿り気のある内側部分乾燥
- 8 : 372# 甘いものを欲する
- 9 : 1826# 甘いもので悪化

2回目 レメディー選択の手法

TBRによるレパトライズ結果

順位	レメディー	出現回数	度数合計	1	2	3	4	5	6	7	8	9	
1	Lyc.	7	24	4	3		3		4	4	3	3	▲
2	Merc.	7	17			3	2	2	3	3	1	3	≡
3	Calc.	7	14	1	1	2	3		2		1	4	
4	Puls.	6	19	4			1		4	3	4	3	

2回目 選択レメディーと根拠

① 随時:

サポートφ腸 腸内細菌叢を整える
+ Okoub. 30C パンで悪化 小麦アレルギー
+ Candi-al.6C カンジダの影響を考慮
+ Bor.6C 真菌の問題からの臭気

② 朝・夜:

MT) クエカス カンジダ・細菌増殖 ガス腹 口臭
+ Carb-v.LM02 腸内ガス
+ Merc-sol.LM03 アレルギー傾向 汗と渇き TBR
+ Lyc.LM04 TBRより 甘い物欲求、膨満、自信喪失

2か月半後（初回から5か月後）
2025年7月

結果

食後の胃痛、膨満感はともに消失。

毎日食べずにいられなかったチョコレートが
自然に欲しくなくなり、ほぼ食べていない。

気になっていた口臭も、家族に確認すると
『問題ない』とのこと。

自分がチョコを食べないなんて驚きです！



症状の背景

考察1

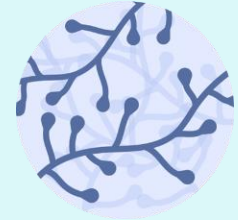
度重なるストレスからの胃弱と、
抗生剤や薬の多用で腸内環境が乱れ、
カンジダがはびこる土壌になった。
そのカンジダが 自らの餌＝甘い物 を
欲することで腸内はさらに悪化。
細菌が異常増殖して
ガス腹や腹痛につながったと考える。



参考／SIFO 腸内カンジダ増殖

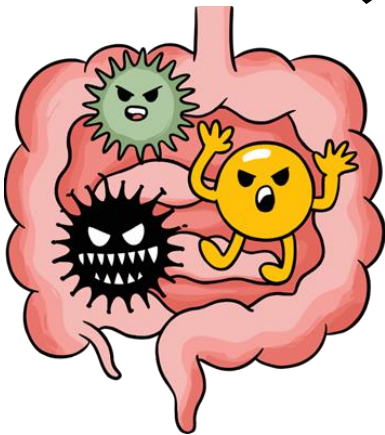
SIFO（シーフォ）

Small Intestinal Fungal Overgrowth



小腸内真菌異常増殖症 = **腸内カンジダ増殖**

抗生物質の影響や免疫低下、高糖質の食事、
ストレス等で「カンジダが異常に増えた」状態



症状： お腹の張り、ガス、腹痛
下痢-便秘の繰り返し、甘い物欲求
慢性的疲労、集中力の低下

SIBO（シーボ）

Small Intestinal Bacterial Overgrowth

小腸内細菌異常増殖症

本来あまり細菌がいないはずの小腸に細菌が増え、
ガスや消化不良、胃の不調を起こす

2010年ごろから日本でも
知られるようになった



カンジダを制覇する必要

考察2

腸内細菌叢を整える「サポートφ腸」や、
カンジダに狙いを定めたレメディーの複数種類
の組み合わせが大変良い結果を生んだ。

また、クライアントのタイムラインから導き出され
たタバコのレメディー「Tab.」も、上腹部の死に
そうな沈み込み感や胃痛に合致し、功を奏した。



最終的には精神面もカバー

考察3

最終的には

胃腸症状に良い&自信のなさもカバーする

「Lyc.」で、心身全体が快癒

トータルで健康に導くホメオパシーは

SIFO、SIBOの改善に
役立ちます



ありがとう
ございました

日本ホメオパシーセンター札幌南2条
自然療法spontanea

藤山道子